

L'UNIONE TRA IO E TU CREA NOI

Psicosintesi con i diversamente abili

di Mara Chinatti

“È bene ricordarsi tutti, che in ogni essere umano ci sono delle doti, delle possibilità spirituali latenti nel supercosciente che possono essere risvegliate e riattivate.”

(R. Assagioli)

Forse non tutti sanno che la Psicosintesi è una teoria e una prassi psicologica, concepita ed elaborata agli inizi del secolo scorso da uno psichiatra italiano Roberto Assagioli (1888-1974). Attualmente è promossa da numerosi centri, istituti e associazioni, attivi sia in Italia che all'estero.

Per me Psicosintesi è sinonimo di vita, di conoscenza che diventa esperienza, non di memoria di dati e informazioni. Quindi posso dire che la Psicosintesi è una pratica psicologica utile per armonizzare, sviluppare e trasformare ad esempio le abitudini, i difetti, gli atteggiamenti che non ci piacciono e ci fanno soffrire, ossia gli aspetti che formano la personalità umana. Considera l'essere umano nella sua totalità bio-psico-spirituale e aiuta l'individuo a svolgere il proprio percorso di crescita, riassunto da Assagioli nel motto: “conosci – possiedi – trasforma te stesso”. Per spirituale intendo il contatto con i livelli superiori della psiche ove hanno sede le qualità e le potenzialità dell'individuo, ove si manifestano i risvegli interiori come la scoperta di significati esistenziali.

In Italia a differenza che all'estero la figura del COUNSELLOR non è ancora molto conosciuta, ma grazie alle varie scuole che stanno emergendo, si sta diffondendo. È la persona che con le proprie competenze è in grado di favorire la soluzione ad un quesito che crea disagio esistenziale e/o relazionale ad un individuo o a un gruppo di individui. Nasce negli anni trenta in America e risponde a tutte quelle persone che non sono psicologi o psicoterapeuti, ma svolgono un lavoro che richiede una buona conoscenza della personalità umana.

Parte della mia formazione in tale ambito, l'ho eseguita presso la SIPT¹ frequentando un triennio in “Counselling Psicosintesi Clinica”. Essa propone anche una scuola di Psicoterapia.

Quando tempo addietro mi proposi ad un CEOD (centro educativo occupazionale diurno) situato nella nostra zona, il mio intento fu quello di applicare la Psicosintesi al campo educativo. Esso pone un accento particolare sull'esperienza dell'autocoscienza e sulla volontà² come funzione essenziale dell'essere umano

¹ Società Italiana di Psicosintesi Terapeutica, creata nel 1973, sotto gli auspici del fondatore a Firenze. È stata riconosciuta con decreto del 29/9/94 tra le scuole di Psicoterapia.

² R. Assagioli, *L'atto di volontà*, ed. Astrolabio, Roma 1977

poiché necessaria e origine di tutte le scelte, le decisioni e gli impegni. Così mi chiedevo come poteva svolgersi questo processo evolutivo anche in coloro che hanno delle grosse difficoltà intellettive, di comunicazione e di relazione. Quello che per me era importante era l'atto volitivo destinato a facilitare un'azione non come conseguenza di una imposizione, ma come libera scelta.

Ciò significa imparare non solo attraverso il copiare e il suggerimento, ma tramite il lasciar fare.

In un ambiente da me denominato "spazio sacro" le qualità come la pazienza, l'empatia, l'attesa, l'accoglienza e molte altre furono gli strumenti utilizzati che portavano l'individuo ad esprimersi liberamente. Così, come l'uso degli strumenti dell'arte per analogia crearono un ponte tra il loro mondo interno e quello esterno. Un'esperienza significativa di crescita che ho voluto riportare nel mio libro³. Un'unione non solo impostata sulla cooperazione e sulla condivisione, ma a livello molto più profondo dove si potesse verificare un contatto con la propria essenza e fra due anime. Quel contatto umano in cui l'individuo si concede di rischiare per attuare un passo in avanti anche se piccolo, per aprirsi a ciò che è, ossia per evolvere.

³ M. Chinatti, *L'unione tra io e tu crea noi, Psicointesi con i diversamente abili*, ed. C.d.L. Verona, 2004